

Rezept der Woche



Mediterran gebackener Weißkohl

Tipp: Schmeckt auch mit fertigem Pesto rosso lecker! Aus dem restlichen Kohl lässt sich ganz einfach ein Salat machen. Dafür den Kohl hacken und mit Salz, Pfeffer, Essig und Öl kneten, bis er weich ist.

Zutaten: 2-4 Portionen

Für den Kohl

- 1 Weißkohl
- 2 Handvoll kleine Tomaten
- 1 Handvoll marinierte Oliven
- 1 Glas Artischockenherzen
- 1 Pk. Feta
- Salz
- Pfeffer
- Öl

Für das Pesto

- 60 g Basilikum
- 30 g Cashewkerne
- 5 g Hefeflocken
- 5 g Salz
- 60 g Olivenöl

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Die Zutaten für das Pesto in einem Mixer pürieren.

Den Kohl horizontal zum Strunk in daumenbreite Scheiben schneiden. Eine Auflaufform mit Öl einpinseln und salzen und pfeffern. Vier Scheiben Kohl in die Form geben und mit dem Pesto gleichmäßig bestreichen.

Tomaten in Scheiben schneiden, Artischockenherzen halbieren und zusammen mit den Oliven auf dem Kohl verteilen. Mit etwas Öl beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Kohl im Ofen 20 min backen. Währenddessen den Feta mit einer Gabel zerbröseln. Den Käse auf den Kohlscheiben verteilen und zurück in den Ofen schieben. Die Temperatur auf 200 Grad erhöhen und weitere 5 bis 10 Minuten backen (eventuell kurz Grillstufe). Die Kohlscheiben auf Tellern anrichten und genießen.